

Утверждаю

заведующая СП
ГБОУ СОШ №10 СП д/с "Золотая рыбка"
/Кузнецова Л.Г./

МЕНЮ
17 августа 2022 г.

САД

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,2	7,8	21,3	178	0,6
к/к	к/к	КАКАО	180	3,9	4,2	13,7	110	0,7
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			360	11	16,8	47,9	391	1,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Итого			80	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Обед								
2012		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,7	0,1	2,4	15	6,5
2008	100	СУП "УХА"	180	1,7	2,7	11,9	79	4,1
2008	259	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	2,1	7,3	2,7	84	0,4
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	2,7	3,2	28,4	153	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	14,2	59	0,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			680	12,6	13,9	93,9	553	11,7
Полдник								
2012		ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	130/20	3,2	10,6	19,5	191	0
		СНЕЖОК	180					0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,6	3,4	26	146	0
Итого			360	5,8	14	45,5	337	0
Всего				29,8	45,1	196,8	1327	22,7

бухгалтер Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Г.А.

повар Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.

Утверждаю

заведующая СП
ГБОУ СОШ №10 СП д/с "Золотая рыбка"
/Кузнецова Л.Г./

МЕНЮ
17 августа 2022 г.

ЯСЛИ

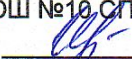
Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,2	7,8	21	176	0,6
к/к	к/к	КАКАО	180	3,8	4,1	13,9	109	0,7
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,8	0,7	12,1	62	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			359	10,8	16,7	47	384	1,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	96	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Итого			96	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Обед								
2012		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	5,3
2008	100	СУП "УХА"	180	1,6	2,7	11	75	3,6
2008	259	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	2,2	4,5	2,6	59	0,4
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,7	1,6	28,4	138	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	9,6	39	0,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	19	90	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,8	76	0
Итого			676	12,6	9,5	88,3	489	10
Полдник								
2012		ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	130/20	3,4	7,9	20,1	171	0
		СНЕЖОК	180					0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,7	2,2	16,4	92	0
Итого			350	5,1	10,1	36,5	263	0
Всего				28,9	36,7	181,3	1182	21

бухгалтер Мамаева Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Федосеева Г.А

повар Гусева Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.

Утверждаю


заведующая СП
ГБОУ СОШ №10 СП д/с "Золотая рыбка"
 /Кузнецова Л.Г./

МЕНЮ
17 августа 2022 г.

НОМ

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ Б/М С МАСЛОМ	150	3,3	4,8	20,3	138	0
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		5,1	21	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			360	5,3	9,6	38,3	262	0
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Итого			80	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Обед								
2012		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,7	0,1	2,3	15	6,4
2008	100	СУП "УХА"	180	1,7	2,7	11,6	77	4
2008	259	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	3,6	9,4	4,2	117	0,4
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	2,7	3,2	28,4	153	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	16,2	66	0,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			680	14,1	16	97	591	11,5
Полдник								
2012		ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	130/20	6	13,7	30,8	276	0
		СНЕЖОК	180					0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,6	3,4	26	146	0
Итого			360	8,6	17,1	56,8	422	0
Всего				28,4	43,1	201,6	1321	21,2

бухгалтер  Мамуткина Г.Н.

медсестра  Федосеева Г.А.

повар  Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.